

# 高齢者 指導ポイント

～ 高齢者の交通事故をなくすために ～

視力・聴力・体力などの身体機能が確実に衰えます。自分の体力を過信せず、若い頃より一層慎重な判断と行動を心がけるようにしましょう。



**【指導ポイント】**  
本人に自覚がなくても**老化は確実に進む**ことを認識させ、身体機能に応じた行動をとるようにを指導。

身体機能の低下

夕方は特に危険！

早朝・薄暮時は特に黒色・青色などの暗色系の服装をした歩行者は発見が難しくなります。普段から明るい色合いの服装や、夜光反射材の有効活用で自分の存在をアピールしましょう。



**【指導ポイント】**  
夜光反射材の活用、自転車のライト点灯を励行させることにより、**存在をアピール**するように指導。



ドライバーの中には、脇見や携帯電話を使用しながら運転している人もたくさんいます。自動車が近づいている時は、通り過ぎるのを待ってから横断しましょう。



横断前には、右から来る車はもちろん反対車線の車（左から来る車）の動きも十分に確認しましょう。

**【指導ポイント】**  
**ドライバーの前方不注視を原因とする死傷事故がもっとも多い**です。必ずしも自分は発見されていないということを指導。

運転者は見えていない！

自転車は車両

自転車は便利で手軽な乗り物ですが、道路交通法上は軽車両として位置付けられた車両です。「飲酒運転をしない」「信号を守る」「一時停止場所での確実な安全確認」などの、交通ルールを守ることが大切です。

運転者としての自覚や自転車の点検・整備に心がけましょう。



**【指導ポイント】**  
自転車は、**車両である**ことを再確認させ、身体機能の低下からふらつきやすくなることを自覚させるように指導。

高齢ドライバーの事故が急増中

高齢ドライバーに原因のある交通事故が、10年前と比較して2倍近く増えています。加齢により認知・判断・操作の運転3要素が衰えることがあります。身体機能の変化を把握しましょう。  
また、慣れた道こそ気が緩みがちになるので注意し、安全運転に



**【指導ポイント】**  
身体機能が確実に衰えていることを自覚させ、体調が優れない時は無理をせず運転を差し控えるなど慎重な運転を心がけ、またシートベルトについても**必ず全席着用する習慣をつけさせる**ように指導。

高齢者の死亡事故は、道路横断中や車道歩行中に最も発生しています。面倒、疲れるという理由で無理な横断をしたり、バスやタクシーなどを降りてすぐや走行車両・駐車車両の前後を横断することは危険です。（横断歩道外の横断・横断禁止場所横断・斜め横断）  
歩行者も交通ルールを守りましょう。



安全なところを歩

**【指導ポイント】**  
横断など歩行中の高齢者が犠牲になる交通事故が多発しており、**安全な場所での横断、信号機や標識に従う義務がある**ことを再確認させ、危険な場所や横断歩道のない所を横断しないように指導。

横断時に確認を！

多くの人身事故は、交差点及びその付近で発生しています。安全確認は基本中の基本！歩行中や自転車乗用中であっても目や耳で何度も確認することが大切です。「慣れ」は禁物！



**【指導ポイント】**  
加齢に伴い、身体機能が低下することによって確認動作に遅れが生じたり、視野が狭まってくる場合がありますので、**徹底した安全確認**をするように指導。